



**2026**  
SECONDA EDIZIONE

# il GREST al PARCO



IL GREST OLISTICO DI LAKE&MOUNTAIN EXPERIENCE



Organizzatore:  
Lake&Mountain Experience



Parco delle Terme  
Darfo Boario Terme



Tipologia di grest: olistico



Periodo: luglio e agosto  
ogni settimana verrà confermata  
con numero minimo iscritti



7:30-8:45 Ingresso  
9-17:30 attività Grest  
17:45-18:15 Uscita



Piccoli gruppi:  
divisione per fasce di età



150,00 infanzia pannolino  
140,00 infanzia  
120,00 elementari  
+ pasti (opzionale) 40,00  
merenda mattino e pomeriggio + pranzo



Iscrizioni entro:  
termine dei posti (limitati)  
sconto 10 euro **primi 10 iscritti ogni settimana**  
sconto 5 euro iscrizioni **entro 30 aprile**  
I due sconti non sono cumulabili  
sconto 10 euro **secondo figlio**  
applicati a tutte le settimane nel modulo



351.3207811



## programma ELEMENTARI (6-11 anni)



9 mi risveglio  
condivisione: obiettivi e intenzioni



9:30-10:30 alleno il corpo  
10:30 merenda



10:45-12:45 esercizio la mente  
(spazio compiti pre-scolastica)



12:45-13:45 pranzo



13:45-15:45 mi esprimo



15:45 merenda



16-17 mi sfogo



17-17:30 mi rilasso  
condivisione: riflessioni e meriti

## programma MATERNA (3-5 anni)

Possibilità di mezza giornata su richiesta



9 mi risveglio  
condivisione: obiettivi e intenzioni



9:30-10:30 alleno il corpo  
10:30 merenda



10:45-12:15 mi esprimo



12:15-13:30 pranzo



13:30-15:30 mi riposo



15:30 merenda



16-17 mi sfogo



17-17:30 mi rilasso  
condivisione: riflessioni e meriti



**MODULO ISCRIZIONE**



**2026**  
SECONDA EDIZIONE

LAKE&MOUNTAIN  
*experience*  
**GREST**  
ESTATE 2026

# il GREST al PARCO



IL GREST OLISTICO DI LAKE&MOUNTAIN EXPERIENCE

## Il grest olistico di Lake Mountain Experience: al centro il benessere del bambino.

La giornata si aprirà e si chiuderà con uno spazio dedicato all'ascolto attivo e alla condivisione. Al mattino fisseremo i nostri obiettivi e alla sera ripercorreremo la giornata, notandone i momenti sfidanti e quelli soddisfacenti, collezionando sorrisi e sedimentando ricordi, attribuendoci meriti e riconoscendo dove potremmo migliorare.

Il risveglio inizierà con l'attivazione del corpo, allenandolo in modo divertente a sviluppare le sue qualità fondamentali, come l'equilibrio e la propriocezione. In questo spazio attiveremo già anche la mente, che poi eserciteremo attraverso lo svolgimento dei compiti scolastici. Porteremo l'attenzione a come la concentrazione possa aiutarci a svolgere al meglio e in meno tempo un'attività e a notare quanto sia appagante raggiungere un obiettivo. Ci sarà poi spazio per la creatività, lasciando libertà alle mani e all'istinto per un'espressione autentica. L'energia crescerà e si trasformerà in un gioco motorio espressivo, per poi concludere con un momento di riequilibrio e rilassamento. Per i più piccoli sarà previsto uno spazio dedicato al riposo, in un ambiente confortevole allestito esclusivamente per la nanna.

Il nostro grest si svolge all'interno del Parco delle Terme di Boario, un luogo storicamente legato al benessere della persona e all'acqua. Per questo, abbiamo scelto di affiancare al nostro progetto un percorso di educazione all'idratazione. La partecipazione è facoltativa, ma consigliata: chiediamo solamente di non portare bevande all'interno del grest (fatta eccezione per il succo di frutta da consumare come merenda, se d'abitudine) e di fornire ai bambini una tazza di plastica con manico, che utilizzeranno sia nei momenti dedicati all'educazione all'idratazione e ai suoi benefici, sia quando avranno sete. A come rendere tutto questo motivante e divertente, ci penseremo noi.

La nostra squadra è composta da Elena, ideatrice del progetto, affiancata da figure valide e qualificate: educatori, insegnanti e professionisti di diversi settori che hanno collaborato in sinergia per poter rendere un'idea visionaria un progetto strutturato e realizzabile. Tutte queste Persone sono accomunate da una visione in comune: i bambini sono un prezioso seme per il futuro, e da un'obiettivo comune: il benessere del bambino.

